



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'in lezzetler.com](http://BanuAtabay.in.lezzetler.com) Yemek Tarifleri Sitesi

PEYNİRLİ İSPANAK BORANI

3 Yemek Kaşığı Sana Klasik

1 Adet soğan

1 Su Bardağı yoğurt

1 Tatlı Kaşığı tuz

3 Diş sarımsak

3 Yemek Kaşığı peynir

2 Demet ıspanak

Soğanı küçük küçük doğrayıp margarin ile kavurun. İnce ince doğranan ıspanağı da ekleyin ve suyunu çekene kadar kavurun. Ateşten alıp içine peyniri ekleyin ve iyice karıştırın. Soğuyunca istediğiniz büyüklükte toplar yapıp servis tabağına alın. Sarımsaklı yoğurt hazırlayıp üzerine gezdirin.